

PENYULUHAN PANGAN BERPOTENSI GIZI UNTUK PENCEGAHAN STUNTING DI DUSUN TELAGA PANGE DESA RUMAHTIGA KOTA AMBON

NUTRITIONAL FOOD INNOVATION FOR STUNTING PREVENTION IN TELAGA PANGE, RUMAHTIGA VILLAGE, AMBON CITY

Heni Mutmainnah^{1*}, Nana Ronawan Rambe², Corneli Pary³, Laila Suhubauwa⁴, Janaba Renngiwur⁵

^{1,2,3,4,5}Program Studi Pendidikan Biologi, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, IAIN Ambon

Jalan. Dr. H. Tarmisi Taher, Kebun Cengkeh, Sirimau, Ambon. 97128

Email Korespondensi: henimutmainnah90@gmail.com

ABSTRAK

Stunting merupakan kondisi kurang gizi kronis pada anak-anak yang dapat berdampak pada perkembangan motorik dan verbal anak serta berpengaruh terhadap perkembangan kognitif dan produktivitasnya di masa dewasa. Prevalensi stunting di Indonesia pada tahun 2021 sebesar 24,4% dan di Maluku angka stunting sebesar 28,70%. Angka ini lebih tinggi dari ambang batas yang ditetapkan WHO yaitu 20%. Tujuan dilaksanakannya kegiatan PKM ini adalah untuk memberikan penyuluhan terkait bahaya stunting pada anak dan upaya pencegahan stunting melalui pelatihan pembuatan inovasi pangan berpotensi bergizi untuk pencegahan stunting sehingga dapat menjadi solusi bagi masyarakat di daerah dalam meningkatkan taraf kehidupannya. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah ceramah dengan media slide dan praktik pembuatan makanan bergizi untuk balita. Hasil sosialisasi menunjukkan bahwa masyarakat memahami bahaya stunting terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak serta masyarakat mampu membuat inovasi makanan yang bergizi untuk balita.

Kata kunci: Inovasi Pangan, Prevalensi Stunting, Balita.

ABSTRACT

Stunting is a condition of chronic malnutrition in children which can have an impact on children's motor and verbal development as well as affect their cognitive development and productivity in adulthood. The prevalence of stunting in Indonesia in 2021 is 24.4% and in Maluku the stunting rate is 28.70%. This figure is higher than the WHO threshold, which is 20%. The purpose of carrying out this PKM activity is to provide education regarding the dangers of stunting in children and efforts to prevent stunting through training in making nutritious food innovations for stunting prevention so that it can be a solution for people in the regions in improving their standard of living. The method used in this activity is lectures with slide media and the practice of making nutritious food for toddlers. The results of the socialization show that the community understands the dangers of stunting on the growth and development of children and the community is able to innovate nutritious foods for toddlers.

Keywords: Food Innovation, Prevalens Of Stunting, Toddlers

PENDAHULUAN

Indonesia saat ini masih dihadapkan pada permasalahan kemiskinan yang berdampak pada kecukupan gizi dan kesehatan masyarakat terutama balita. Masih banyaknya masyarakat yang berada pada garis kemiskinan menyebabkan persentase balita yang mengalami stuntingpun masih tinggi. Stunting (pendek/sangat pendek) adalah kondisi kurang gizi kronis yang diukur berdasarkan indeks tinggi badan menurut umur (TB/U) dibandingkan dengan standar WHO. Stunting pada anak-anak berdampak pada perkembangan motoric dan verbal, peningkatan penyakit degeneratif, kejadian kesakitan dan kematian. Selain itu, stunting juga menghambat pertumbuhan dan perkembangan sel-sel neuron sehingga berpengaruh terhadap perkembangan kognitif pada anak (Daracantika *et al.*, 2021). Menurut (Mastuti & Indahwati, 2021) stunting mempengaruhi perkembangan Bahasa dan personal social anak balita usia 2-5 tahun, serta mengakibatkan kemampuan pertumbuhan yang

rendah pada masa berikutnya, baik fisik maupun kognitif, dan akan berpengaruh terhadap produktivitas di masa dewasa (Widanti, 2017).

Berdasarkan data (Badan Pusat Statistik Republik Indonesia, 2020) diketahui bahwa pada tahun 2016 persentase balita pendek sejumlah 18,97 % dan mengalami kenaikan pada tahun 2017 menjadi 19,8 % namun mengalami sedikit penurunan pada tahun 2018 menjadi 19,3%. Sementara itu persentase balita sangat pendek di Indonesia pada tahun 2016 sejumlah 8,57% dan mengalami peningkatan menjadi 11,5% pada tahun 2018. Di Provinsi Maluku sendiri persentase balita yang termasuk dalam kategori pendek pada tahun 2016 cukup tinggi yaitu 16,65% dan meningkat menjadi 21,5% pada tahun 2018 dan persentase balita sangat pendek pada tahun 2016 yaitu 12,33 % dan mengalami sedikit penurunan pada tahun 2018 menjadi 12,5%. Sementara itu hasil Surveilans Gizi tahun 2018 menunjukkan prevalensi stunting di Maluku sebesar 23% dan hasil Riskesdas 2018 sebesar 34,1%, hampir semua kabupaten/kota di Maluku memiliki prevalensi stunting lebih besar dari 20% (Dinas Kesehatan Provinsi Maluku, 2021). Berdasarkan data Studi Status Gizi Indonesia tahun 2021 disebutkan bahwa prevalensi stunting Indonesia adalah sebesar 24,4%. Angka ini masih diatas ambang batas yang ditetapkan WHO yaitu 20% (WHO, 2021). Oleh karena itu dalam rangka menyongsong Indonesia sejahtera tahun 2025 dan generasi emas tahun 2045 maka Indonesia perlu meminimalisir angka stunting dengan mempersiapkan sumber daya manusia yang berkualitas bebas dari stunting diseluruh pelosok negeri terutama di wilayah Maluku. Salah satu upaya untuk mengurangi angka stunting adalah dengan pemberian asupan makanan yang bergizi, vitamin dan mineral serta diversitas pangan dan sumber protein hewani bagi balita (PUSDATIN Dinas Kesehatan Provinsi Maluku, 2021).

Selama ini masyarakat awam umumnya kurang memahami terkait kondisi gizi anak yang berdampak pada status gizi anak yang rendah dan bisa masuk dalam kategori stunting. Stunting adalah dampak dari kurang gizi yang terakumulasi dalam waktu yang cukup lama sehingga menjadi indikasi masalah kesehatan masyarakat (Kementerian kesehatan direktorat promosi kesehatan dan pemberdayaan masyarakat, 2018). Oleh karena itu, perlunya dilakukan penyuluhan terkait bahaya stunting pada anak dan upaya pencegahan stunting melalui pelatihan pembuatan inovasi pangan berpotensi bergizi untuk pencegahan stunting sehingga dapat menjadi solusi bagi masyarakat di daerah dalam meningkatkan taraf kehidupannya.

METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

Kegiatan dilaksanakan pada Tanggal 7-9 Januari 2022 di Dusun Telaga Pange Desa Rumah Tiga Kota Ambon. Khalayak sasaran dalam kegiatan pengabdian ini adalah Ibu-ibu di Dusun Telaga Pange Desa Rumah Tiga Kota Ambon. Komponen yang terlibat dalam PKM ini terdiri dari pelaksana pelatihan dan peserta pelatihan. Pelaksana pelatihan merupakan dosen dan mahasiswa Program studi Pendidikan Biologi FITK IAIN Ambon.

Tim pelaksana kegiatan pada tanggal 7 Januari 2022 berkoordinasi dengan pihak Dusun untuk menentukan sasaran pelatihan dan waktu pelaksanaan kegiatan pelatihan. Hasil koordinasi ditindaklanjuti dengan mengundang para Ibu-ibu, remaja dan anak-anak. untuk menjadi peserta dalam kegiatan **inovasi pangan bergizi untuk pencegahan *stunting*** yang akan dilaksanakan pada tanggal 8-9 Januari 2022.

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah pendampingan yang berupa kombinasi pelatihan dan praktek.

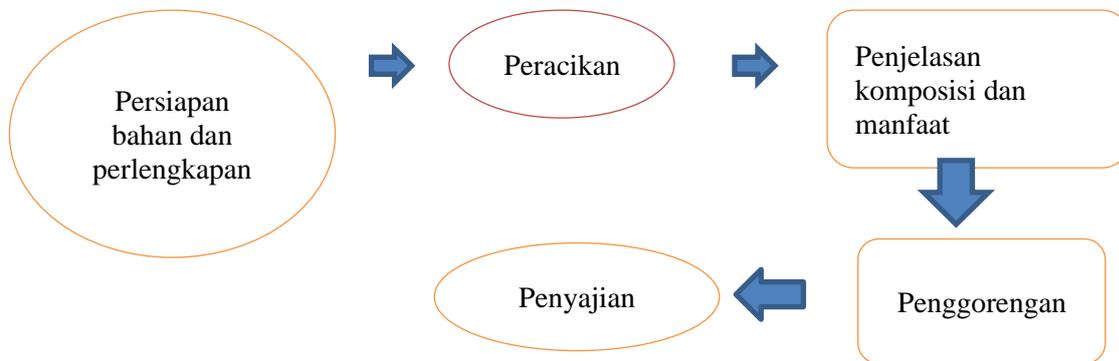
a. Pelatihan

Pada tahapan ini para tim dosen dari program studi pendidikan biologi ibu-ibu memaparkan materi terkait dengan *Stunting* dilanjutkan mendemonstrasikan bahan dan cara membuat Bola-bola nasi dan bola-bola patatas.

b. Implementasi

Pada tahapan ini ibu-ibu akan mempraktekkan langsung olahan inovasi pangan bergizi yang akan dibantu oleh mahasiswa dari program studi pendidikan biologi.

Kegiatandimulai dari mempersiapkan bahan dan perlengkapan yang dibutuhkan. Saat praktek ini warga juga diberikan informasi terkait kandungan dari komposisi yang digunakan. Adapun rancangan proses yang direncanakan akan berikan ke masyarakat disajikan pada gambar berikut:



Gambar 1. Alur Proses Pengabdian Kepada Masyarakat

Evaluasi akan dilakukan untuk mengetahui tingkat pemahaman para peserta terkait pelatihan yang ditunjukkan melalui keaktifan peserta saat dilakukan pelatihan pembuatan inovasi makanan bergizi.

4.3. Evaluasi

Pada tahap akhir kegiatan dilakukan evaluasi dengan menggunakan metode wawancara dengan tujuan mengukur keberhasilan dari sleuruh rangkaian kegiatan pelatihan. Adapun indikator keberhasilan dari kegiatan dapat dilihat dari kemampuan ibu-ibu dalam memahami tentang *stunting*, memiliki kemampuan mendeteksi *stunting* pada balita, dan berinovasi membuat makanan bergizi untuk pencegahan *stunting*

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelatihan

Pelatihan dilakukan dengan cara memberikan demonstrasi tentang cara membuat bahan makanan yang berpotensi kaya gizi untuk pencegahan stunting, sehingga ibu-ibu dapat membuat kembali bahan makanan menjadi makanan yang disukai anak. Adapun proses pembuatannya dapat dilihat pada **Gambar** berikut ini:



Gambar 2. Penyampaian Materi Pelatihan Oleh Ibu Ela, M.Pd Dan Ibu Heny

Praktek

1. Bola Bola Nasi

Bahan-bahannya adalah sebagai berikut:



200 grm Nasi Putih



3 Siung bawang putih
5 lembar daun jeruk



2 buah Sosis



1 buah Wortel



3 Sendok makan
Mentega



1 block Keju potong
dadu



1 butir Telur



100 grm Tepung panir

Gambar 4. Bahan-bahan untuk Pembuatan Bola-Bola Nasi

Cara Membuatnya:

1. Hidupkan kompor, panaskan wajan, masukkan mentega secukupnya,
2. Masukkan bawang putih dan daun jeruk yang sudah diiris-iris tipis,
3. Jika sudah harum dan kekuningan tuangkan seluruhnya ke dalam tampan nasi yang sudah disediakan,
4. Campurkan nasi bawang putih dan daun jeruk yang digoreng sambil ditekan agar tekstur sedikit halus,
5. Bulat-bulatkan nasi dan tambahkan keju yang telah dipotong dadu ke dalam nasi lalu bulatkan kembali hingga rapat.
6. Celupkan ke dalam telur yang telah dikocok lepas,
7. Gulungkan ke tepung panir sampai nasi tertutup tepung
8. Goreng dengan api sedang agar matang merata. Jika sudah kuning keemasan. Angkat lalu tiriskan, dan siap disajikan.



Gambar 5. Hasil olahan Bola-bola Nasi

2. Bola-Bola Patatas (Ubi Jalar)



Gambar 6. Bahan-Bahan Untuk Membuat Bola-Bola Patatas

Cara Membuatnya:

1. Rebus patatas hingga lembut kupas lalu haluskan
2. Tambahkan tepung kanji, Tepung meizena, Baking soda, Garam,
3. Aduk hingga merata.
4. Bulat-bulatkan, goreng dengan api sedang hingga keemasan
5. Bola bola siap disajikan.



Gambar 7. Hasil Olahan Bola bola Patatas

KESIMPULAN

Penyuluhan pangan berpotensi bergizi pada ibu-ibu di dusun Telaga Pange, Desa Rumah Tiga Kota Ambon telah membantu masyarakat dalam memahami bahaya stunting dan meningkatkan kemampuan ibu-ibu untuk membuat makanan bergizi bagi balita sebagai upaya pencegahan terhadap stunting.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik Republik Indonesia. 2020. *Persentase Balita Pendek Dan Sangat Pendek (Persen)*. https://www.bps.go.id/indikator/indikator/view_data/0000/data/1325/sdgs_2/1. Diakses pada 12 Februari 2023.
- Daracantika, A., Ainin, A., dan Besral, B. 2021. Pengaruh Negatif Stunting terhadap Perkembangan Kognitif Anak. *Jurnal Biostatistik, Kependudukan, Dan Informatika Kesehatan*, 1(2), 113.
- Dinas Kesehatan Provinsi Maluku. 2021. Laporan Kinerja Bidang Kesehatan Masyarakat 2021. *Journal of Materials Processing Technology*, 1(1), 1–8.
- Kementerian kesehatan direktorat promosi kesehatan dan pemberdayaan masyarakat. 2018. *Mengenal Stunting dan Gizi Buruk, Penyebab, Gejala, dan Mencegah*. <https://promkes.kemkes.go.id/content/?p=8486>. Diakses pada 18 Mei 2023.
- Mastuti, N. L. P. H., dan Indahwati, L. 2021. Pengaruh Stunting Terhadap Perkembangan Motorik Halus, Motorik Kasar, Bahasa Dan Personal Sosial Pada Anak Balita Usia 2-5 Tahun Di Desa Madiredo Kecamatan Pujon Kabupaten Malang. *Journal of Issues In Midwifery*, 5(3), 111–120.

- PUSDATIN Dinas Kesehatan Provinsi Maluku. 2021. *Publikasi Data dan Informasi*
<https://dinkes.malukuprov.go.id/pusdatin/page/publikasi>. Diakses pada 13 Februari 2023.
- World Health Organization. 2021. *Global nutrition targets 2025: stunting policy brief*.
<https://www.who.int/publications/i/item/WHO-NMH-NHD-14.3>. Diakses pada 12 Februari 2023.
- Widanti, Y. A. (2017). Prevalensi, Faktor Risiko, dan Dampak Stunting pada Anak Usia Sekolah.
Jurnal Teknologi Dan Industri Pangan, 1(1), 23–28.